

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Mie merupakan bahan pangan yang banyak dikonsumsi oleh masyarakat Indonesia sebagai makanan pokok. Saat ini, mie yang banyak beredar di pasaran adalah mie yang berbahan dasar dari tepung terigu (Rahmi et al., 2019). Mie basah adalah mie mentah yang sebelum dipasarkan mengalami perebusan dalam air mendidih terlebih dahulu dengan kadar air mie basah matang mencapai 52%. (Enjelina et al., 2019)

Indonesia memiliki masyarakat yang gemar mengonsumsi mie. Berdasarkan data BPS 2018, konsumsi mie basah di Indonesia meningkat dari 0,05 kg/orang pada tahun 2011 menjadi 0,11 kg/orang pada tahun 2015 (Badan Pusat Statistik, 2018). Hasil Riskesdas 2013 menunjukkan bahwa sebanyak 3,8% penduduk Indonesia yang berusia ≥ 10 tahun mengonsumsi mie basah.

Pada umumnya mie basah dipasarkan mengandung serat yang rendah yaitu 0,1 gram dalam 100 gram mie basah, jadi perlu ditambahkan bahan yang dapat meningkatkan nilai zat gizinya seperti penambahan genjer. Sehingga dari tanaman genjer dapat dimanfaatkan ke dalam produk olahan pangan seperti mie basah. Mie adalah makanan alternatif pengganti beras yang banyak dikonsumsi oleh masyarakat. Selain harganya murah, mie sangat disukai masyarakat karena cara pengolahan dan penyajiannya yang cukup mudah. Pada saat ini juga banyak sekali ragam dan jenis mie yang rasanya unik dan bervariasi. Mie banyak mengandung karbohidrat yang dapat memberikan energi pada tubuh sehingga mie dapat dijadikan sebagai makanan pengganti nasi.

Genjer (*Limnocharis flava*) merupakan tanaman yang tumbuh liar di area persawahan, rawa, atau sungai yang keberadaannya sering dianggap sebagai gulma. Tanaman genjer memiliki banyak manfaat, diantaranya sebagai bahan obat yang memiliki banyak kandungan gizi (Chaidir et al., 2016). Tumbuhan ini banyak dikenal orang sebagai sayur. Tumbuhan genjer juga dapat dijadikan obat tradisional seperti digunakan untuk menjaga kesehatan pencernaan, antibiotik, mempercepat penyembuhan luka, anemia, kanker, keracunan jengkolat, menjaga kesehatan kulit, membantu menurunkan kolesterol (Hidayat, 2015). Genjer

(*Limnocharis flava*) salah satu tanaman yang berpotensi untuk dikembangkan sebagai pengganti obat-obatan, genjer telah dikenal memiliki kandungan gizi yang cukup lengkap. Genjer aman dikonsumsi bagi ibu hamil karena genjer merupakan sayuran tradisional yang mudah didapatkan dan banyak diperjualbelikan di pasar tradisional. Adapun suplemen genjer yang dibuat adalah untuk mempermudah ibu hamil dalam mengonsumsi jumlah serat sesuai dengan kebutuhan yang diperlukan untuk mengatasi konstipasi. Ketika hamil wajib konsumsi makanan tinggi serat, berdasarkan review yang dilakukan mengenai genjer yang menjadi salah satu alternatif untuk ibu hamil yang sedang mengalami konstipasi. (Putri et al., 2018)

Genjer memiliki nilai ekonomi yang cukup tinggi dikarenakan genjer mudah didapatkan serta tumbuh di rawa atau kolam berlumpur yang banyak airnya misalnya tepi sungai dan banyak peminatnya, genjer sudah dijual baik di pasar tradisional maupun modern walaupun dalam jumlah yang terbatas, biasanya pedagang mengambil langsung dari rawa atau budidaya sendiri. Bagian yang dikonsumsi dari genjer adalah tangkai daun dan daun muda serta tangkai bunga dan bunga yang belum mekar. Daun dan bunga genjer umumnya dimasak tumis dengan dicampur tauco atau irisan kecil daging ayam atau daging sapi. Tidak hanya di Indonesia, genjer juga biasa dikonsumsi sebagai sayuran di Thailand dan dijual di pasar lokal dan dikenal dengan nama *talabhat reusi*. (Saupi et al., 2009)

Salah satu kelebihan dari genjer yaitu, memiliki serat yang cukup banyak sehingga mampu untuk membuang kotoran dalam tubuh. Menurut World Health Organization (WHO) (2010) dalam (Muthia Shanti et al., 2017) menganjurkan asupan serat yang baik adalah 25-30 gram per hari. Rata-rata konsumsi serat pangan penduduk adalah 10,5 gram perhari. Angka ini menunjukkan bahwa penduduk Indonesia baru memenuhi kebutuhannya sekitar sepertiga dari kebutuhan ideal sebesar 30 gram setiap hari.

Hasil analisis serat genjer adalah sebesar 1,31% (Pratiwi et al., 2016). Hasil analisa proksimat pada penelitian Juhaeti (2013) menunjukkan bahwa kandungan serat kasar 0,75-1,56% yang nilainya lebih tinggi dibanding caisin dan bayam. Genjer juga memiliki sifat karminatif, yang menjadikan gas dalam perut akan keluar dan perut tidak kembung. Selain itu genjer merupakan tanaman yang

mengandung kalsium, fosfor dan zat besi. Kalsium dan fosfor adalah dua unsur makro yang paling banyak diperlukan oleh tubuh. Keduanya merupakan unsur yang penting dalam pembentukan tulang (Lingga, 2010). Tanaman genjer merupakan tanaman yang tumbuh di rawa atau kolam berlumpur yang banyak airnya misalnya tepi sungai.

Pengenalan genjer sebagai komoditas sayuran bukan merupakan hal yang sulit karena beberapa masyarakat di Indonesia juga sudah biasa mengonsumsi genjer sebagai salah satu sumber nutrisi dalam menu makan harian mereka, seperti Sunda di Jawa Barat, Batak di Sumatera Utara dan Dayak di Kalimantan Timur. Genjer tumbuh juga liar di air rawa lebak dan petani hingga saat ini hanya memanen genjer yang tumbuh liar di sawah. Genjer saat ini masih belum dibudidayakan karena perkembangan cepat dapat terjadi secara vegetatif menggunakan anakannya atau secara generatif dari bijinya. (Herlinda, 2019)

Walaupun sudah ada yang meneliti mengenai genjer namun sangat jarang ditemukan penelitian genjer dalam pengolahan makanan dan masih banyak yang tidak mengetahui serta menggunakan penambahan genjer dalam pengolahan makanan dikarenakan kurangnya pengetahuan terhadap genjer, cara mengolah genjer yang benar dan kurangnya pengenalan tanaman genjer. Genjer memiliki zat gizi yang cukup baik dan lebih tinggi dibandingkan caisin dan bayam sehingga berpotensi untuk ditambahkan kedalam produk mie. Mie basah merupakan alternatif pengganti beras yang sangat populer dan banyak dikonsumsi dikalangan masyarakat. Selain harganya murah, mie basah banyak disukai masyarakat karena cara pengolahan dan penyajiannya yang sangat mudah.

Mie basah genjer merupakan produk olahan tepung terigu dengan penambahan genjer. Berdasarkan hasil penelitian (Nanang, 2021) dapat diketahui bahwa semakin banyak penambahan bubur genjer yang ditambahkan kedalam mie basah maka mie basah akan memiliki warna semakin hijau dan rasa sedikit manis namun agak sedikit pahit. Penambahan genjer pada mie basah didapatkan hasil yang disukai oleh panelis, hal ini dikarenakan semakin banyak genjer yang ditambahkan maka mie basah yang dihasilkan semakin kenyal.

Hasil formulasi terbaik yaitu P2 (100 gram : 10 ml) berdasarkan uji organoleptik dengan rata-rata nilai tingkat kesukaan 4,05 terhadap rasa dan warna,

nilai tingkat kesukaan 3,85 terhadap aroma dan nilai tingkat kesukaan 4,2 terhadap tekstur.

Pada penelitian ini, peneliti ingin melakukan penelitian lanjutan dari peneliti sebelumnya dikarenakan pada penelitian sebelumnya belum dilakukan uji kandungan nilai gizi terhadap mie basah dengan penambahan genjer sehingga belum diketahui kandungan nilai gizinya dan daya terima berdasarkan visual comstock pada mie basah genjer tersebut.

Berdasarkan uraian di atas, akan dilakukan penelitian mie basah genjer terhadap daya terima dan kandungan nilai gizi pada pembuatan mie basah genjer. Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini yaitu, untuk mengetahui banyak atau sedikitnya sisa makanan atau daya pada panelis dan nilai gizi yang terkandung pada mie basah dengan penambahan genjer (*Limnocharis flava*), dan untuk menghasilkan mie basah yang memiliki zat gizi yang cukup dengan penambahan genjer yang merupakan tanaman yang mempunyai zat gizi lengkap dan tinggi serat.

1.2 Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu “bagaimanakah daya terima dan kandungan nilai gizi pada mie basah genjer?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui daya terima dan kandungan nilai gizi mie basah genjer

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui daya terima mie basah genjer
2. Mengetahui kandungan abu mie basah genjer
3. Mengetahui kandungan air mie basah genjer
4. Mengetahui kandungan protein mie basah genjer
5. Mengetahui kandungan lemak mie basah genjer
6. Mengetahui kandungan karbohidrat mie basah genjer
7. Mengetahui kandungan serat kasar mie basah genjer

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Peneliti

Sebagai bentuk aplikasi dari pengetahuan khususnya pada pengolahan pangan. Selain itu juga menambah ilmu pengetahuan dan keterampilan dalam bidang Ilmu Teknologi Pangan.

1.4.2 Bagi Institusi

Sebagai bahan referensi dan informasi bagi pihak pendidikan dan mahasiswa Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau

1.4.3 Bagi Masyarakat

Sebagai informasi sehingga masyarakat dapat memanfaatkan genjer sebagai bahan pangan yang dapat diolah menjadi mie basah yang dapat dimanfaatkan sebagai bahan diversifikasi makanan kearah yang semakin beragam dan inovatif sehingga menghasilkan mie basah yang bergizi cukup

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

- a. Pada penelitian ini menggunakan formula terbaik pada penelitian sebelumnya yaitu P2 (100 gram : 10 ml).
- b. Pada penelitian ini kandungan nilai gizi diketahui melalui analisis proksimat.
- c. Panelis yang digunakan dalam penelitian ini adalah panelis umum sebanyak 25 orang Mahasiswa Jurusan Gizi Tingkat II Poltekkes Kemenkes Riau.